



Утверждаю

Заведующий

БДОУ детский сад №82

Фролова В.А.

МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,91 | 4,86 | 12,89 | 102,90 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 6,76 | 7,30 | 31,21 | 218,13 | 0,00 |
| | ТК№038 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/6/7 | 0,18 | 0,01 | 7,22 | 30,86 | 1,14 |
| Итого | | | 423 | 8,85 | 12,17 | 51,32 | 351,89 | 1,14 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,52 | 1,05 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 40 | 2,36 | 1,88 | 30,00 | 146,40 | 0,00 |
| Итого | | | 190 | 6,71 | 5,63 | 36,00 | 225,92 | 1,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ | 200 | 4,88 | 4,25 | 15,20 | 118,84 | 4,98 |
| 2012 | 263 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 80 | 13,80 | 7,43 | 6,06 | 145,97 | 0,22 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,21 | 3,51 | 21,41 | 130,46 | 10,24 |
| | ТК№039 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,09 | 0,09 | 9,89 | 41,27 | 0,90 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 45 | 2,98 | 0,40 | 19,08 | 91,78 | 0,00 |
| Итого | | | 655 | 24,96 | 15,68 | 71,64 | 528,32 | 16,34 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 7,80 | 3,00 |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 16,20 | 19,53 | 25,84 | 343,97 | 1,39 |
| | ТК№022 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 180 | 5,54 | 2,03 | 3,51 | 0,00 | 3,00 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,63 | 1,02 | 17,99 | 91,70 | 0,00 |
| Итого | | | 425 | 24,85 | 22,64 | 48,36 | 443,47 | 7,39 |
| Всего | | | | 65,37 | 56,12 | 207,32 | 1 549,60 | 25,92 |

Медицинская сестра



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №82

Фролова В.А.

МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2014 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,80 | 4,70 | 12,50 | 99,80 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 155 | 4,57 | 4,75 | 18,98 | 137,52 | 0,00 |
| | ТК№038 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/6/7 | 0,14 | 0,01 | 6,02 | 25,87 | 1,14 |
| Итого | | | 378 | 6,51 | 9,46 | 37,50 | 263,19 | 1,14 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,50 | 1,05 |
| Итого | | | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,50 | 1,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ | 150/15 | 5,33 | 4,76 | 12,00 | 112,21 | 3,96 |
| 2012 | 263 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 60 | 11,27 | 5,65 | 4,63 | 114,15 | 0,18 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,72 | 3,26 | 18,50 | 114,56 | 8,88 |
| | | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,10 | 0,10 | 19,70 | 80,70 | 0,80 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| Итого | | | 545 | 22,07 | 14,12 | 71,79 | 503,20 | 13,82 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,22 | 2,01 |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 120 | 12,86 | 13,92 | 20,02 | 256,71 | 0,84 |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 | 0,80 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 335 | 14,68 | 14,54 | 37,98 | 342,33 | 3,65 |
| Всего | | | | 47,61 | 41,87 | 153,27 | 1 188,22 | 19,66 |

Медицинская сестра